

Ausgangssituation: wenig Fisch, Tom hat hunger & nix gefangen..

Sauce Tartar

Unser Anti nimmt:

2 Zwiebel

1 Tube Mayo (80%)

1 Glas Gurken

1 Bund Petersilie

Kapern

Die sehr fein geschnittenen Zutaten werden mit der Mayo vermengt und fertig.

Fish & Chips

Tom macht den Weinteig. Dazu nimmt er

ca. 200g Mehl

2 Dotter

ca. 2000ml Weißwein

und verrührt alles.

Matthias versucht das Eiklar steif zu schlagen.

Das Eiklar wird untergehoben und mit Wein und Mehl jongliert bis wir eine dickflüssige Maße haben. Leicht salzen und fertig.

Kartoffel werden geschält und geviertelt.

In einem umfunktionierten Wok (mit >1L Öl) werden die Kartoffelstücke goldbraun frittiert. Die mundgerechten Fischstücke sowie eine in Scheiben geschnittene Zucchini in den Weinteig legen und etwas ziehen lassen. Tom und Matthias geben nicht zu viele Stücke auf einmal in den Wok, da die Temperatur sonst zu rasch sinken würde. Fischstücke sowie Zucchini ebenso goldbraun fritieren.

Fischfond

Aus den Fischresten (nach dem Filetieren) werden die Kiemen entfernt und mit Zwiebel angebraten (nicht dunkel werden lassen). Mit Wein aufgießen. Vor zu Wasser dazu. Gelbe Möhren (das sind Karotten), Sellerie und geschnittenen Fenchel dazugeben. Ca. eine halbe Stunde leicht köcheln lassen, dann abseihen und fertig. Im Kühlschrank hält der Fischfond ca. 4 Tage

Couscous mit Tintenfisch

Fenchel
Curry
Pulpo
Koriander
Knoblauch
Couscous

Der Tintenfisch (Kraken) werden weich gekocht. Das dauert dann je nach Größe doch 1 – 2 Stunden. Mit der „Gabelprobe“ einfach regelmäßig schauen, ob schon weich! Wir verwenden gesalzenes Wasser, ohne Essig, Korke oder anderen Hokuspokus zum Weichkochen.

Der Anti darf den weich gekochten Tintenfisch häuten. Dabei wird die dunkle Haut inkl. Saugnäpfen abgezogen (abstreifen).

Den Tintenfisch mit Currypulver bestreuen.

In einem Topf braten wir den fein gewürfelten Tintenfisch sowie Fenchel und Knoblauch in Olivenöl an. Mit etwas Weißwein ablöschen und anschl. mit Wasser und Fischfond aufgießen. Sobald die „Brühe“ kocht, geben wir den Couscous in den Topf. Gehackten Koriander (Blätter!!) hinzu, umrühren und weg vom Herd. Einige Minuten ziehen lassen. Butter dazu, umrühren, abschmecken und fertig.

Tintenfischrisotto

Die weich gekochten Kraken werden wieder gehäutet und klein geschnitten.

In einem Topf erhitzen wir etwas Weißwein und geben Safranfäden hinzu.

Kurz ziehen lassen und dann die Wein-Safranmischung zu dem Tintenfisch geben (durch ein Haarsieb, damit die Fäden zurückbleiben!).

Knoblauch und Olivenöl dazu und ziehen lassen. Derweilen mit dem Risottoreis anfangen.

Fein geschnittenen Zwiebel in einem großen Topf mit Olivenöl glasig werden lassen. Reis dazu und ständig rühren. Abwechselnd Fischfond, Wasser und Weißwein portionsweise dazu (ca. 200 ml) und jedesmal warten, bis die Flüssigkeit vom Reis aufgenommen wurde. Der Anti hat viel Freude dabei, mit meinem Buntmesser (Wellenschnitt) die Zucchini zu schneiden.

Zucchini mit etwas Olivenöl beträufeln und ordentlich Oregano drüber.

Kurz bevor der Reis durch ist, geben wir alle Zutaten (Krake inkl. Marinade, Parmesan, Butter und Zucchini) dazu. Vorsicht daß nichts anbrennt.

Zum Schluß geben wir noch gebratene Fischfilets darüber und servieren.

Riso Nero

Da wir bereits in einem weiteren Topf ein Risotto im Entstehen haben, wählen wir die abgekürzte Variante für dieses Gericht. Kurz bevor wir den Zucchini in das Risotto geben, nehmen wir ein paar Portionen heraus und geben dies in einen eigenen Topf. Mit Daumen und Zeigefinger drücken wir den Tintensack eines Sepias in das Risotto und rühren um.